Tweede Kamer der Staten-Generaal

2

Vergaderjaar 2015–2016

Aanhangsel van de Handelingen

Vragen gesteld door de leden der Kamer, met de daarop door de regering gegeven antwoorden

3484

Vragen van de leden **Van Nispen** en **Van Gerven** (beiden SP) aan de Ministers van Volksgezondheid, Welzijn en Sport en van Sociale Zaken en Werkgelegenheid over *het bericht dat Nederlanders schrikbarend lang stilzitten* (ingezonden 12 juli 2016).

Antwoord van Minister **Schippers** (Volksgezondheid, Welzijn en Sport), mede namens de Minister van Sociale Zaken en Werkgelegenheid (ontvangen 13 september 2016). Zie ook Aanhangsel Handelingen, vergaderjaar 2015–2016, nr. 3160.

Vraag 1
Wat is uw reactie op het bericht «Jongere zit zich ziek»?[1]

Antwoord 1
Ik heb kennis genomen van het bericht in de Telegraaf, naar aanleiding van een nieuwsbericht van het RIVM van 11 juli 2016[2].

Vraag 2
Deelt u de mening dat het een slechte zaak is dat tieners gemiddeld meer dan tien uur per dag zittend doorbrengen, en nog maar zo weinig bewegen? Deelt u voorts de mening dat deze nieuwe cijfers schokkend zijn, en dat zitten «het nieuwe roken» kan worden genoemd?

Antwoord 2
De cijfers van het CBS en het RIVM over het zitgedrag in 2015 zijn hoger dan de meerjarencijfers in de Trendrapporten Bewegen en Gezondheid die u reeds heeft onvangen (Kamerstuk 30 234, nr. 136)[3]. De meerjarencijfers lieten geen duidelijke positieve of negatieve trend zien vanaf 2006 toen voor het eerst naar zitgedrag werd gevraagd. Daarbij werd vanaf 2012 duidelijk dat op school- of werkdagen aanzienlijk meer uren zittend worden doorgebracht dan op weekenddagen. Vanaf 2015 wordt het zitgedrag uitgevraagd als onderdeel

[1] Telegraaf, 11 juli 2016
[2] http://www.rivm.nl/Documenten_en_publicaties/Algemeen_Actueel/Nieuwsberichten/2016/Nederlanders_zitten_veel_jongeren_het_meest
[3] https://www.tweedekamer.nl/kamerstukken/detail?id=2015D34097

ah-tk-20152016-3484
ISSN 0921 - 7398
's-Gravenhage 2016

van de Leefstijlmonitor[4]. Omdat het gaat om een andere manier van bevragen is niet duidelijk of we in Nederland in 2015 daadwerkelijk meer zijn gaan zitten. Volgens de Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2014 veroorzaakt te weinig bewegen (waaronder te veel zitten) ongeveer 3,5% van de ziektelast in Nederland terwijl roken voor ongeveer 13% van de ziektelast verantwoordelijk is[5].
Nieuw is dat het RIVM nu voor het eerst zitgedrag gedetailleerder heeft uitgevraagd. Gezien de toenemende inzichten dat langdurig zitten schadelijk kan zijn voor de gezondheid, geven bovenstaande cijfers aanleiding na te gaan op welke wijze (te) lang zitten kan worden doorbroken, zowel bij jeugd als bij volwassenen en ouderen.

Vraag 3
Hoe komt het volgens u dat Nederlanders zoveel zitten, en met name jongeren te weinig bewegen? Wat is uw analyse van dit probleem?

Antwoord 3
Vergeleken met een groep EU landen, scoren Nederland en een aantal andere Noord-Europese landen hoog in aantal uren zitten[6]. Dit onderzoek (Eurobarometer) geeft evenwel geen nadere verklaringen voor deze verschillen tussen landen. Mogelijk spelen verschillen in welvaart, gezondheid en klimaat een rol. Zo blijkt uit de Nederlandse cijfers dat hoger opgeleiden en mensen met kantoorbanen meer zitten[7]. Het wetenschappelijk onderzoek naar oorzaken van zitgedrag is echter nog steeds schaars en versnipperd[8]. Het Kenniscentrum Sport en het RIVM werken momenteel aan een actueel overzicht (factsheet) van dat wat we al wel weten over zitgedrag. Ik verwacht dit overzicht voor eind 2016.

Vraag 4
Deelt u de mening dat de gevolgen van langdurig zitten, zoals minder oud worden en toegenomen risico op ziektes zoals diabetes, nu voldoende in kaart zijn gebracht, en dat langdurig zitten een bedreiging voor de volksgezondheid kan worden genoemd?

Antwoord 4
Het RIVM geeft aan dat langdurig zitten risico's heeft voor de gezondheid[1]. Er zijn aanwijzingen dat veel zitten kan leiden tot bijvoorbeeld overgewicht, type 2 diabetes en vervroegde sterfte. Er loopt reeds onderzoek dat een scherper beeld kan geven over de impact van langdurig zitten op de volksgezondheid en van de effecten van interventies gericht op minder zitten. Bij het actualiseren van de beweegnormen door de Gezondheidsraad heb ik gevraagd om specifieke aandacht voor (onder meer) zitgedrag.

Vraag 5 en 6
Deelt u eveneens de mening dat het noodzakelijk is beleid te ontwikkelen om langdurig zitten op o.a. school en werk tegen te gaan? Zo nee, waarom niet? Deelt u de mening dat er meer aandacht moet komen voor sport en bewegen op scholen? Zo ja, hoe gaat u dit samen met de Staatssecretaris van OCW bevorderen? Zo nee, waarom niet?

Antwoord vraag 5 en 6
Op basis van het huidige wetenschappelijk bewijs lijkt het voor de gezondheid en concentratie belangrijk om langdurig zitten te verminderen en/of geregeld te onderbreken.
In het kader van *Alles is Gezondheid* wordt aandacht besteed aan bewegen, ook bewegen als onderdeel van het dagelijks leven. Er zijn veel ontwikkelin-

---

4 http://www.rivm.nl/Onderwerpen/L/Leefstijlmonitor en https://www.volksgezondheidenzorg.info/sport/kernindicatoren/beweeg-en-zitgedrag#node-zitgedrag
5 http://www.eengezondernederland.nl/Heden_en_verleden/Determinanten)
6 http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_412_en.pdf
7 Zie de tabel «Zitgedrag naar achtergrondkenmerken»: https://www.volksgezondheidenzorg.info/bestanden/documenten/zitgedragnaarachtergrondkenmerk2015bxlsx
8 http://www.nisb.nl/weten/kennisgebieden/gezonde-werkplek/sedentaire-leefstijl/wie_zit-er-eigenlijk-het-meest-en-wat-kenmerkt-hen_.html

gen terzake, zoals de *desk bike* voor achter het bureau, het verstelbare bureau zodat je overdag soms zittend, soms staand kunt werken, de hulpmiddelen die aangeven dat je even moet bewegen, de bedrijfsfitness, maar ook beleid gericht op bewegen na school.
Het programma Sport en Bewegen in de Buurt bevat de buurtsportcoach-regeling, waarbij de inbreng van de rijksoverheid door VWS en OCW wordt gefinancierd, en sportimpuls-subsidies, welke door VWS en SZW worden gefinancierd, waarbij het SZW-budget is bestemd voor projecten gericht op jeugd in lage inkomens buurten.
OCW en VWS werken verder samen in de Gezonde School, een samenwerkingsverband dat scholen ondersteunt om structureel aan gezondheid te werken. Het ondersteunen van sport en bewegen in de school, het bevorderen van sport en bewegen buiten schooltijd en het zorg dragen voor een gezonde leefstijl in het algemeen, begint bij de houding van de ouders. Daarnaast is bewegingsonderwijs de basis voor het leren van motorische vaardigheden van kinderen en daarom opgenomen in de kerndoelen voor het primair en voortgezet onderwijs. Samen met mijn collega van OCW bekijk ik momenteel op welke wijze Gezonde School de komende periode voortgezet kan worden.
De verantwoordelijkheid voor een gezonde en veilige werkplek ligt op basis van de Arbowetgeving bij de individuele werkgever en werknemer. Via het door SZW ondersteunde Arboportaal wordt informatie over veilig en gezond werken gedeeld. Er wordt bijvoorbeeld verwezen naar de Multidisciplinaire richtlijn Computerwerk waarin interventies worden genoemd om zittend werk te verminderen, zoals het creëren van beweegmomenten. Ook ontwikkelt TNO in opdracht van SZW een nieuw risicobeoordelingsinstrument voor beeldschermwerk waarbij de beschikbare kennis over het onderbreken van zitten wordt meegenomen. Verder stimuleert SZW via het programma Duurzame Inzetbaarheid het bevorderen van een gezonde en veilige bedrijfscultuur, waar ook een gezonde levensstijl onderdeel van kan zijn.
Met het netwerk van *Alles is gezondheid*, dat wordt afgestemd met met mijn collega's van SZW en OCW, zoek ik naar mogelijkheden om een beweging op gang te brengen voor het verminderen van langdurig zitten op het werk en op school. Het voorstel vanuit het topsportnetwerk een inspiratie-toolbox voor werkgevers te ontwikkelen sluit hier goed op aan. VWS zal de ontwikkeling van de toolbox financieel ondersteunen.

Vraag 7
Wat is uw reactie op het voorstel van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM) en sportarts Van der Meulen om, naast de «beweegnorm» die we al kennen, ook een «zitnorm» in te voeren, bijvoorbeeld het advies om niet langer dan twee uur achter elkaar te zitten, om de bewustwording te bevorderen?

Antwoord 7
Graag verwijs ik naar de adviesaanvraag aan de Gezondheidsraad over de evaluatie van beweegnormen. Dat advies wil ik afwachten.

Vraag 8
Welke acties gaat u naar aanleiding hiervan uitvoeren? Bent u bereid met (organisaties van) scholen en werkgevers in gesprek te gaan om dit onder de aandacht te brengen, en afspraken te maken om meer beweeggedrag te bevorderen in het belang van de volksgezondheid? Zo nee, waarom niet? Zo ja, kunt u de Kamer van de voortgang op de hoogte houden?

Antwoord 8
Zie het antwoord op de vragen 5 en 6. Over de uitkomst van het komende Gezondheidsraadadvies en de voortgang c.q. opbrengsten van «Sport en Bewegen in de Buurt», «Gezonde School» en «Alles is Gezondheid» zal ik uw Kamer berichten.